

# Kematian dan Seni Menghadapinya

Posted by [Osho Indonesia](#) | Feb 21, 2017 | [Discourses, Questions and Answers](#) | [0](#)



**PERTANYAAN:** OSHO yang terkasih, dapatkah engkau menjelaskan mengenai kematian dan seni menghadapi proses kematian itu?

**JAWABAN OSHO:**

Deva Vandana (nama si penanya), hal pertama yang perlu diketahui tentang kematian adalah kematian itu adalah kebohongan, tidak benar adanya. Tidak ada kematian, kematian adalah hal yang paling bersifat khayalan (ilusi). Kematian adalah bayangan dari kebohongan yang lain. Nama dari kebohongan yang lain itu adalah ego (aku, diri, self). Kematian adalah bayangan dari ego. Karena adanya ego, kematian muncul disana. Rahasia untuk mengetahui kematian, untuk memahami kematian, bukanlah pada kematian itu sendiri. Engkau harus menyelami lebih dalam dari keberadaan ego. Engkau harus menengok, melihat, mengamati, sadar akan apa sebenarnya ego itu. Dan ketika engkau menemukan bahwa ego itu tidak ada, tidak pernah ada, hanya seolah-olah ada karena engkau tidak sadar, ia terlihat ada karena engkau membiarkan dirimu dalam kegelapan, ketika engkau mengerti bahwa ego hanyalah ciptaan dari pikiran yang tidak sadar, maka ego lenyap dan diikuti dengan lenyapnya kematian.

Dirimu yang sejati adalah abadi. Kehidupan tidak pernah dilahirkan juga tidak pernah mati. Samudera tetap ada, ombaklah yang datang dan pergi – tetapi apa itu yang disebut ombak? Hanya wujud, angin yang bermain-main dengan samudera. Ombak tidak memiliki keberadaan yang mendasar atau substansial. Begitu juga dengan kita, kita adalah ombak, sesuatu yang bermain-main. Tetapi jika kita melihat lebih dalam ke dalam ombak yang ada adalah samudera, dan kedalamannya yang abadi dan misteri yang tak dapat diduga. Lihatlah lebih dalam ke dalam dirimu dan engkau akan menemukan samudera. Dan samudera itu ada, dan selalu ada. Engkau tidak dapat mengatakan ia pernah ada, engkau tidak dapat mengatakan ia akan ada. Engkau hanya dapat menggunakan satu keterangan waktu, yaitu waktu saat ini. Ia ada.

Inilah yang dicari-cari oleh semua agama. Pencarian itu adalah untuk mencari apa yang benar-benar ada, yang sejati. Kita telah menerima segala sesuatu yang bukan sebenarnya, bukan yang

sejati, dan yang terbesar yang menjadi pusatnya adalah ego. Dan tentu saja ia menimbulkan bayangan yang besar, dan bayangan itu adalah kematian.

Mereka yang mencoba memahami kematian secara langsung tidak akan dapat masuk kedalam misteri dari kematian. Mereka akan bergulat dengan kegelapan. Kegelapan itu tidak ada, engkau tidak dapat bergulat dengannya. Bawa cahaya, dan kegelapan tidak ada lagi. Bagaimana kita dapat mengetahui ego? Bawa kesadaran ke dalam hidupmu. Setiap tindakan harus dilakukan tidak dengan begitu otomatis dibandingkan dengan tindakan sebelum-sebelumnya, dan engkau memiliki kuncinya. Jika engkau berjalan, jangan berjalan seperti robot. Jangan berjalan seperti engkau biasanya berjalan, jangan lakukan secara mekanis. Bawa sedikit kesadaran kedalamnya, perlahan, biarlah setiap langkah diambil dengan kesadaran penuh.

Buddha selalu mengatakan kepada murid-muridnya bahwa jika engkau mengangkat kaki kirimu, di dalam hatimu katakan “kiri”. Ketika engkau mengangkat kaki kananmu, di dalam benakmu katakan “kanan”. Pertama-tama ucapkanlah, sehingga engkau menjadi terbiasa dengan proses yang baru ini. Lalu perlahan-lahan biarkan kata-kata itu lenyap, ingatlah saja “kiri, kanan, kiri, kanan.” Coba lakukan dalam tindakan-tindakan kecil. Engkau tidaklah harus melakukan tindakan yang besar. Makan, mandi, berenang, berjalan, berbicara, mendengar, memasak makananmu, mencuci bajumu—cobalah membuatnya menjadi tidak otomatis. Ingatlah kata “menjadikannya tidak otomatis” (deautomatization), inilah seluruh rahasia untuk menjadi sadar.

Diambil dari : The Book of Wisdom. (Ceramah mengenai tujuh point latihan pikiran Atisha). Bab 14. Guru-guru yang lain dan lain-lainnya. Diberikan pada 24 Pebruari 1979 pagi, di Buddha Hall.